

食べることから健康に！

昨年大好評につき、今年も開催です！！



シニアの身体をすこやかに保つために必要な食材や栄養素を
学びながら、楽しくお食事をしてみませんか？

日時：令和6年11月28日(木)

11時15分～13時

会場：東京すし和食調理専門学校 地下1階(裏面地図参照)
(エレベーターが無いので、階段の上り下りが必要となります)

講師：東京すし和食調理専門学校の皆様

対象：65歳以上の区民の方

参加費：1000円(お弁当代込)

定員：18名(予約制・先着順)

靴の履き替えが
必要となります。
上履きをご持参
下さい。



お申し込みは11月11日(月)までに下記へお電話下さい。



※あんしんすこやかセンターとは
世田谷区が設置している福祉の相談窓口です。

申し込み・問い合わせ先

池尻あんしんすこやかセンター

☎ 03-5433-2512

<会場>

【東京すし和食調理専門学校】

〒154-0001 東京都世田谷区池尻 2-30-14

